

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)
Дата: «15» мая 2023 г

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0.4	0.4	10	42.7	
71,21/71,22	Каша с молоком овсяная с маслом сливочным	200	250	8.68/11.38	12.51	31.2/33.6	251.95/253.4	
693.08	Какао с молоком	200	200	4.68	5.15	22.58	151.5	
5,37/5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4.56/6.08	0.48/0.64	29.52/39.36	133.2/177.6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (индивидуальный)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
					Белки	Жиры	Углеводы	
10,53	Салат из свежих овощей «Ассорти»	60	60	60	1.9	2.5	7.8	61.0
102,78/102,02	Суп картофельный с горохом на бульоне и ржаными гренками	200/50	250/10	250/10	4.8/6.0	3.1/3.84	19.85/24.81	129,2/161.5
267,66	Крокеты, запеченные под сметано-томатным соусом	90	90	--	15.34	24.23	5.12	204.11
332,26/332,02	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	180	--	5,7/6,8	3,43/4,11	36,45/43,74	270,31/228,38
267,65	Мясной подлив с овощами	--	--	50/30	12.8	7.6	40.5	280.2
21,10	Рис отварной с маслом сливочным	--	--	180	3.7	4.0	38.9	196.2
430	Чай с сахаром	--	--	200	0.2	0.05	15.01	57.5
319,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	--	0.06	0.02	20.73	78.2
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1.85	0.36	23.94	126.7
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
54,66	Салат «Леди» мясоовощной заправленный сметаной	--	50		3,44	5,48	3,19	76,37
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100		12,8	7,6	40,5	280,5
407,0	Сок фруктовый	200	200		0,2	0,26	22,2	86,39
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
267,73	Ромштек «Школьный», запеченный под овощами		75/15		17,6	13,12	1,49	225,96
171,10	Пшеничный гарнир с маслом сливочным		150		3,7	4,0	38,9	196,2
430	Чай с сахаром		200		0,2	0,05	15,01	57,5
5,01	Хлеб ржано-пшеничный		50		1,85	0,36	23,94	117,5
Итого стоимость полдника:			83 руб.					

Групповая ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (специальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)
Дата: 16 мая 2023

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
3,02/ 3,00	Гастрономия /Сыр	15	20	2,32/ 4,64	2,95/ 5,9	0	36,4/ 72,8	
71,22/ 4001,28	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	220	250	10,6/11,09	14,38/ 15,78	42,24/40,8	327,01/ 390,2	
303,23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,0	3,2	24,66	141,38	
0,13/ 5,39	Хлеб пшеничный	65	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) комплексный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
9,09	Салат из свежей капусты с зеленью и свежим огурцом «Зайчик»	60	60	---	0,77	3,04	2,26	30,97
171,05	Яйцо отварное со свежим огурцом	--	--	20/10	2,38	0,12	2,02	28,3
124,4/ 124,56	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной/ Щи из свежей капусты на бульоне	200/10	250	250	1,4/ 1,76	3,96/ 4,95	16,3/ 17,9	171,8/ 149,7
436,98	Картофель тушеный с мясом рубленый	--	--	230	3,23	9,23	22,02	138,76
239,48	Тефтели из рыбы тушеные в овощном соусе	90	90	--	21,12	27,11	35,22	329,3
520,08/ 520,28	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	--	3,25/ 3,90	9,25/ 11,1	22,02/ 26,42	138,76/ 164,11
349,10	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	200	200	--	0,22	0	19,44	76,75
375,01	Чай с черным с лимоном	--	--	200	0,24	0,06	15,22	58,58
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
520,20	Крокеты картофельные	--	50		4,3	6,7	23,7	175,87
432,28	Мучное кулинарное изделие/Эчпочмак	100	100		8,04	5,88	35,3	230,25
409,07	Компот из яблок и ягод	200	200		1,00	0,00	20,20	79,8
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко		100		0,90	0,2	8,10	40,0
340,22	Омлет натуральный с маслом сливочным		150		11,38	8,3	2,89	140,3
351,01	Кисель фруктовый		200		0,03	0,02	18,62	73,23
5,00	Хлеб ржано-пшеничный		50			0,4	24,25	117,3
Итого стоимость ужина:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Обед №2		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)	
7-11 лет (социально питание)	7-11 лет (дополнительная плата)	12-18 лет (дополнительная плата)	12-18 лет (дополнительно)	12-18 лет (дополнительно)	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 1)

Дата: 14 мая 2023

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
28,01/458,05	Фрукт порционно/ Яблоко	100	150	0,4/ 0,6	0,4/ 0,6	10,0/ 15,0	42,7/ 64,05	
219,10	Сырники творожные со сладкой подливкой из сгущенного молока	120/30	120/30	19,3	30,65	61,4	431	
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58	
5,37/5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83руб.	87руб.					
ОБЕД								
Наименование	Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда				
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
7,06	Салат «Витаминный» капуста и кукуруза заправленный растительным маслом	60	60	--	1,9	2,5	7,80	61
12,34/20,02	Овощная нарезка/ Огурец/Помидор	--	--	20/20	0,31	0,05	0,75	5,76
83,22/1184,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	250	1,37/2,34	2,12/2,65	8,76/10,95	59,65/ 74,56
267,68	Наггетсы «Детские» запеченные	--	--	90	12,52	16,2	43,0	406,33
332,02	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	--	--	180	5,70	3,43	36,45	190,31
291,53	Плов с птицей	230	230	--	16,15	17,02	48,46	407,63
407	Сок фруктовый	200	200	--	0,2	0,26	22,2	86,4
430	Чай с сахаром	--	--	200	15,1	15,3	42,2	367,7
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.	119руб				
ПОЛДНИК								
3003,03	«Драники» с соусом сметанным	---	50/10		1,79	5,38	12,92	128,54
476,08	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой (яблоко)	100	100		4,25	13,32	30,72	250,36
420,12	Напиток из яблок и лимона	200	200		0,06	0,04	13,17	51,3
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
1,90	Салат фруктовый с сахарной пудрой		50		0,00	0,15	4,48	21,25
401,14	Оладьи «Домашние» с подливкой сладкой (молоко сгущенное)		200/30		10,35	6,21	72,21	389,58
349,10	Компот из смеси сухофруктов		200		0,22	0	19,44	76,75
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1 (11-18 лет) (бюджетный)	Обед №2 (11-18 лет) (комплекс)	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (стандартная порция)	7-11 лет (раздельная порция)			7-11 лет (бюджетный)	11-18 лет (комплекс)	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 1)
Дата: 18 мая 2023

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет	11-18 лет		
ЗАВТРАК								
120,2	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	100	0,65	0,3	9,20	42,5	
478,18	Картофельная запеканка с рубленными мясными изделиями под соусом сметанным	200	200	12,52	13,57	37,12	329,52	
407	Сок фруктовый	200	200	0,2	0,26	22,2	86,4	
5,37/ 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,26	133,2/ 177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
	Наименование	Обед №1 (7-11 лет) (комплекс)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Обед №2 (комплекс)	Энергетическая ценность блюда			
72,20	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	--	0,95	3,10	5,17	52,68
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	--	--	100	0,4	0,4	10,0	42,7
124,92/ 124,67	Суп овощной «Летний» на бульоне	200	250	250	2,0/ 7,25	5,2/ 7,0	9,0/ 42,0	88,1/ 256,62
267,66	Крокеты «Детские» тушеные под овощным соусом	90	90	--	13,79	15,01	14,92	250,85
330,01/ 250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	--	17,26/ 20,71	2,85/ 3,43	38,12/ 45,74	250,46/ 306,55
267,66	Крокеты, запеченные с кабачком под соусом сметано-томатным	--	--	90	13,87	10,23	4,9	194,1
354,14	Картофель, запеченный дольками	--	--	180	8,85	6,44	43,51	271,9
375,01	Чай с лимоном	--	--	200	0,24	0,06	15,22	58,58
66037,10	Кондитерское изделие /Печенье	30	20	--	1,7	2,26	13,8	78,89
349,10	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	200	200	--	0,22	0	19,44	76,75
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
202,36	Макаронник с мясными изделиями	--	100		9,99	9,54	23,1	220,5
738,58	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	50		9,29/ 4,6	5,71/ 2,88	38,0/ 19,0	242,81/ 121,4
409,07	Напиток фруктовый из ягодной смеси	200	200		0,05	0,01	14,97	56,43
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
288,48	Птица, порционная с овощами		90		13,89	12,37	1,38	168,97
171,15	Гречка отварная с маслом сливочным		150		7,58	7,25	37,28	223,44
408,08	Отвар из шиповника		200		0,34	0,14	19,8	85,25
5,01	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,8	0,40	24,25	117,50
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (специальные питания)	7-11 лет (рациональные блюда)	12-18 лет (рациональные блюда)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	11-18 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель с _____ ательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)
Дата: 13 мая 2023

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 л			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	10	42,7	
213.02/ 213	Омлет, запеченный с картофелем и маслом сливочным	150	200	10,7/ 14,2	36,0/ 47,97	15,81/ 21,08	349,9/ 466,5	
693.08	Какао с молоком	200	200	4,68	5,15	22,58	151,5	
5.01/ 5.39	Хлеб пшеничный	50	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87руб					
ОБЕД								
Наименование		Обед 7-11 лет (индивидуальный)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
20.08	Салат из свеклы с растительным маслом	60	60	--	0,86	1,56	5,13	37,43
171.05	Яйцо отварное со свежим огурцом	--	--	20/10	2,28	0,12	2,02	28,3
392.32	Пельмени с бульоном и зеленью	100/100	100/100	--	12,93	11,41	29,29	264,0
489.51	Рагу из птицы «По-домашнему» с овощами	250	250	--	15,73	14,66	28,92	236,0
151.61	Суп картофельный с вермишелью на бульоне	--	--	250	19,1	21,3	43,5	431,8
288.51	Птица, запеченная с овощами	--	--	90	13,89	12,37	1,38	168,97
171.07	Каша гречневая с маслом сливочным	--	--	180	3,9	11,10	26,42	164,11
409.07	Напиток фруктовый	--	--	200	0,2	0,1	15	56,9
407	Сок фруктовый	200	200	--	0,2	0,3	22,2	86,4
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
401.22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150		6,68	3,36	46,06	243,7
304.05/ 304	Кисломолочный напиток/Ряженка	150	200		5,4/ 7,2	5,0/ 6,66	21,6	158,0
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
279.20	Бифитекс «Детский» тушеные в овощном соусе		90		12,51	17,31	6,05	229,59
332.26	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150		5,70	3,43	36,45	190,31
303.03	Кофейный напиток с сахаром		200		0	0	19,96	74,9
5.00	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,80	0,40	24,25	117,5
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (индивидуальный рацион)	7-11 лет (рациональный завтрак)	12-18 лет (рациональный завтрак)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
					7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

